El entusiasmo.

Foto de Diane Picchiottino en Unsplash

-Las estrellas del rock deben ser paladines en una guerra contra la falta de entusiasmo-.

El entusiasmo es exaltación, fogosidad, fervor, furor o inspiración, según la RAE. Cuando se lleva mucho tiempo calculando y haciendo las cosas para que sean racionales, no molesten y no cuesten dinero, se pierde el entusiasmo por la vida. Si puedes hacer lo que te gusta, en un espacio donde se permita y sin preocuparte mucho por el dinero, tendrás entusiasmo por la vida. Quienes viven en entornos restrictivos y sin disponer de los bienes y servicios que le den una razonable calidad de vida, no suelen ser personas entusiastas. Nuestra vida es una lucha contra la falta de entusiasmo, como veremos. Pero las fuerzas que nos llevan a luchar por el entusiasmo no son el entusiasmo mismo, por lo que podemos deducir que hay otra fuerza que viene de nuestro interior, pero eso es otro tema, trataré sólo sobre el entusiasmo. De todas formas tengamos en cuenta que el entusiasmo es algo que depende de fuerzas externas y puede verse abocado tanto al bien como al mal.

Los niños y los jóvenes son entusiastas porque son inconscientes. Los adultos son más proclives a perder el entusiasmo. La seguridad es buena, por razones obvias, pero la normativa no debe ser excesivamente estricta. Debe haber abundancia de lo que necesitamos y nos gusta, que sea barato y tener nosotros un poder adquisitivo suficiente. En esas circunstancias hay entusiasmo pero no hay lucha por él o la lucha es llevadera. Si no es así, surge esa fuerza primordial que antes mencioné, que puede verse manchada o dañada si la lucha es demasiado sucia o violenta, también si nos enfrentamos a una fuerza invencible y nunca se recupera el entusiasmo. Las recompensas o la falta de ellas son algo que también aumenta o disminuye el entusiasmo.

¿Pero (volviendo a algo más mundano) por qué necesitamos calcular con antelación nuestros actos?

Necesitamos calcular nuestros actos porque la autoridad es rigurosa y la tememos, porque no hay abundancia y porque lo que más necesitamos es caro. Hay que ampliar los márgenes:

https://elmundosintetico.blogspot.com/2021/11/seamos-todos-marginales.html

¿Qué dice la IA (Mistral Open Orca)?

Prompt: Buenas tardes. Necesito tu ayuda en el papel de psicólogo y filósofo. en tu opinión: ¿Qué es el entusiasmo y qué cosas aumentan o disminuyen el entusiasmo?

Response: Hola, me gustaría responder a tus preguntas sobre el entusiasmo y sus factores que lo influyen. El entusiasmo es una emoción intensiva que se siente cuando estamos realmente interesados en algo o cuando nos motiva un objetivo importante. Es como una fuerza que nos impulsa a dar nuestro todo por alcanzar ese objetivo, ya sea personal o colectivo.

Algunos factores que aumentan el entusiasmo incluyen:

1. Interés en la tarea o actividad: Cuando estamos realmente interesados en algo, siento que nos esfuerza a dar lo mejor de nosotros para lograr nuestros objetivos.

2. Expectativas positivas: Si creemos que podremos alcanzar un objetivo o superar una tarea con éxito, esto aumenta nuestro entusiasmo y nos motiva a seguir adelante.

3. Comunidad y apoyo: Cuando tenemos el respaldo de amigos, familiares u organizaciones que creen en nuestros esfuerzos, nos sentimos más seguros y motivados para continuar.

4. Progreso y logros: Al avanzar hacia nuestro objetivo y ver resultados positivos, aumenta nuestra confianza y entusiasmo para seguir adelante.

5. Enfoque en la meta: Cuando nos centramos en lo que realmente queremos lograr, es más fácil mantener un alto nivel de entusiasmo a lo largo del proceso. Por otro lado, algunas situaciones y factores que disminuyen el entusiasmo incluyen:

1. Falta de interés o motivación: Cuando no nos interesa una tarea u objetivo, es complicado sentir entusiasmo por ella.

2. Presión y estrés: Cuando sentimos presionados por responsabilidades excesivas o situaciones difíciles, nuestro entusiasmo puede disminuir.

3. Fracasos repetidos: Si no logramos alcanzar un objetivo a pesar de haberlo intentado en varias ocasiones, podemos perder la esperanza y el entusiasmo para seguir adelante.

4. Falta de apoyo o comunidad: Cuando nos sentimos solos en nuestros esfuerzos, puede ser difícil mantener un alto nivel de entusiasmo.

5. Cambios imprevistos y desafiantes: Situaciones inesperadas que nos enfrentan a dificultades o cambian nuestro rumbo pueden disminuir nuestra motivación y entusiasmo.

Recuerda que el entusiasmo es una emoción crucial para alcanzar nuestros objetivos, así que intenta identificar los factores que te influyen positivamente o negativamente y toma medidas para mantener un alto nivel de entusiasmo en tus proyectos y metas.

Prompt: Yo, que soy un ser humano, te voy a dar tres cosas que me parecen esenciales para entender el entusiasmo y quiero que las anotes: cuando te dan directrices morales y legales demasiado restricitivas, cuando acotan tus límites sociales y cuando no tienes poder adquisitivo, tu entusiasmo disminuye. También las recompensas o la falta de ellas aumnetan o disminuyen el entusiasmo (en esto coincidimos).

Response: Claro, me gustaría agregar algunos puntos adicionales basados en tu experiencia y conocimientos. Estos factores también pueden influir en nuestro nivel de entusiasmo:

1. Creencias y valores personales: Cuando nosotros creemos que algo está alineado con nuestras creencias y valores, esto aumenta nuestro entusiasmo para seguir adelante.

2. Necesidad de control: Si sentimos que tenemos el control sobre una situación o tarea, esto puede incrementar nuestro nivel de entusiasmo.

3. Salud y bienestar físico y emocional: Cuando nos sintamos saludables y en equilibrio emocionalmente, somos más propensos a experimentar un alto nivel de entusiasmo.

4. Estilo de vida y ritmo de vida: Si tenemos una forma de vida que nos permite encontrar el equilibrio entre nuestras responsabilidades y momentos de ocio y placer, esto puede mantener nuestro entusiasmo en alta velocidad.

5. Autoestima y confianza en uno mismo: Cuando somos conscientes de nuestros talentos y habilidades, nos sintimos más capaces de enfrentar desafí...

[pulso stop]

Prompt: Es suficiente, sólo quiero hablar del entusiasmo, no de la autoestima. Doy por terminada la conversación. Gracias por tu ayuda.

Response: De acuerdo, te doy las gracias también y espero que hayas encontrado lo que buscabas en esta charla sobre el entusiasmo. ¡Buena suerte con tus metas!

Gracias a la IA, como generadora de ideas (tormenta de ideas), añadimos el interés por algo y el apoyo de la comunidad como factores de aumento o disminución del entusiasmo. Las demás razones que da se alejan del asunto, porque la IA no piensa ni distingue realmente (pero es útil).

La salud y la suerte también cuentan, pero es algo obvio y no hablaré de esto. En todo caso, con fines funcionales, podemos usar el siguiente cuadro como guía:

Entusiasmo:	Falta de entusiasmo:
Hacer lo que te gusta	Represión
Buena calidad de vida	Carencias, mala calidad de vida.
Permisividad razonable	Rigor excesivo
Recompensas	Castigos o esfuerzos no retribuidos
Interés por algo	Desinterés
Apoyo de la comunidad a la que perteneces	Desarraigo Falta de identidad Ostracismo
Buena salud	Mala Salud
Buena suerte	Mala suerte

Vamos a ver la etimología de "entusiasmo":

Viene de en-theou-asthma y quiere decir "soplo interior de Dios" (buscad "etimología de entusiasmo").

Creo que hay mucho más que decir sobre esto, sobre el aliento sobrenatural:

Veamos un ejemplo en la canción "The conjuring" del grupo Megadeth (Dave Mustaine no ha tenido una vida fácil y al convertirse al cristianismo ya no quiere interpretar esta canción).

https://www.youtube.com/watch?v=MF0CrgncaFM

Lo que vemos en esta canción era algo normal para los paganos antes del cristianismo, que invocaban a los daemones, pero después tomó un sentido satánico. En realidad es el último recurso para los que no saben donde encontrar su entusiasmo perdido y recurren a lo numinoso. Es el tipo de ritos que describe San Agustín en sus Confesiones y que él mismo practicaba antes de convertirse. ¿Debemos condenar a quienes recurren a estos conjuros? Yo creo que hay que ser comprensivos.

Como antes dije, todos libramos una guerra (en mayor o menor medida) por nuestro entusiasmo, y cuando lo hemos perdido, podemos recurrir a cualquier artimaña para recuperarlo, y es así como esa fuerza que hay en nuestro interior (la que nos mantiene en la lucha) se mancha o se daña. Sobre esto se trata desde hace miles de años, pero como dije, es otro tema y no me voy a meter en él.

El heavy metal es un género musical muy interesante, ¿no os parece? Pero acabo de mostraros el lado oscuro de la falta de entusiasmo, ahora no entréis en él.

Nota de 18 de diciembre de 2023:

El rock o el pop, los grupos, los cantantes y las canciones más famosos y recordados, de un modo u otro, hablan del entusiasmo o de la falta de él; hablan del aliento de los dioses de la Antigüedad, del amor, de la justicia, del mar o de cualquier otra cosa que evoca ese entusiasmo; y cada vez más aparecen grupos de rock cristiano, que buscan el entusiasmo proveniente de Dios.

The Rolling Stones son el grupo más famoso de la historia y han cubierto toda la gama de evocaciones, incluso a Dios y al Demonio. Su tema más famoso trata precisamente de la lucha contra la falta de entusiasmo, de un modo un tanto infantil, pero es algo universal al fin y al cabo: la insatisfacción amenaza con la falta de entusiasmo, la apatía, la falta de energía.

Antes había una música magnífica que nos mostraba el camino del entusiasmo más elevado, proveniente de Dios, y después de la exaltación romántica, y en los románticos y en la sociedad moderna nace lo que ahora llamamos pop, que habla de la insatisfacción propia de nuestro tiempo y de una sociedad más igualitaria y con unas aspiraciones de ascenso social que antes no había. El rock es un arma contra la falta de entusiasmo propia de nuestro tiempo.

La música siempre ha buscado el entusiasmo, el aliento de Dios:

https://youtu.be/6J_ZiXjmQvg?si=Eo8rEqkL45b5Re5p

Hay otra región oscura de la falta de entusiasmo: el fanatismo político y religioso.

Hay quien busca ese aliento que le falta en la ira y el resentimiento que resuenan en las ideologías. El fanatismo y el entusiasmo no son lo mismo. El fanatismo es un gran convencimiento que te hace ser entusiasta. Prefiero el heavy. Las estrellas del rock deben ser paladines en una guerra contra la falta de entusiasmo. Si esa no es su actitud, no son estrellas del rock como deben ser. Hay algunos políticos que son así también, pero muy pocos. Ser un líder o una estrella del rock no es ser un Prometeo que trae el entusiasmo al mundo, pero la influencia mueve multitudes. Muchas veces, confundimos la ira y el rencor con entusiasmo. La ira nos da fuerzas, pero no es entusiasmo. Es algo que también pesa sobre nosotros, mucho más sus consecuencias.

Advertencia final:

El entusiasmo no es garantía ni signo de éxito ni tampoco quiere decir que se estén haciendo bien las cosas. Tampoco debe confundirse con la alegría, porque ser alegre no quiere decir que tengas entusiasmo ni viceversa.

Ernesto García-Testón Gómez a 17 de diciembre de 2023.

Como suele ser habitual, este artículo lo he compuesto a partir de un hilo en X:

> ENTUSIASMO.
> El entusiasmo es exaltación, fogosidad, fervor, furor o inspiración.
> Cuando se lleva mucho tiempo calculando y haciendo las cosas para que sean racionales, no molesten y no cuesten dinero, se pierde el entusiasmo por la vida...
>
> — Ernesto García-T. G. (@ideascreacion20) December 16, 2023